

Handball > dans les coulisses de l'exploit...

Le handball est aujourd'hui le sport collectif français le plus titré. Tout dernièrement, en Chine, les filles ont obtenu le titre de vice-championnes du Monde. Dans le staff, Christian Ramos, préparateur mental de l'équipe, originaire de Laroque d'Olmes, a contribué à ce succès. Grâce à son journal de bord, c'est un voyage dans les coulisses de l'exploit que nous vous proposons.

Deux défaites, face au Brésil 22-20, puis face au Danemark 24-16, Le début de Coupe du Monde est catastrophique : rien ne va plus dans le camp tricolore. «*Pourtant, écrit Christian Ramos, une grosse volonté se dégage du groupe (...) mais parfois la confiance collective se transforme en une suffisance et prend le dessus sur l'effort à faire de préparation individuelle. Objectif : redéfinir une démarche de préparation.*»

Menées de quatre points lors du match de barrage face à la Suède, c'est peut-être dans le vestiaire, durant le repos, que tout s'est joué pour les filles, probablement après le coup de gueule de Siraba Dembélé, l'aînière de Toulon : «*J'ai simplement dit qu'on ne pouvait pas être éliminées d'une compétition internationale deux fois de suite, qu'il fallait mettre nos tripes sur le parquet.*» Les tricolores s'imposent 23-21, mais pour participer à la suite de la compétition, elles doivent gagner leur deux matchs qui suivent face au Congo et à l'Allemagne.

29-22, les Françaises dominent le Congo et se retrouvent face à l'Allemagne, une nation référence. «*Si on les avait trouvés maussades, presque tristounettes depuis le début du Mondial, les Bleues ont brillé de mille feux (...) Et puis elles en avaient un peu ras-le-bol de ne pas réussir ce qu'elles voulaient, il y a eu un surplus de*

motivation», estimait l'entraîneur Olivier Krumbholz. Pour Christian Ramos, «*les filles ont compris qu'elles devaient construire leur performance chaque jour en trouvant un équilibre entre l'insouciance de la jeunesse et la rigueur de la joueuse professionnelle.*» La victoire leur permet de participer à la deuxième phase avec comme adversaires l'Angola, la Russie et l'Autriche.

Dans la deuxième phase, l'Angola est mis hors de portée 33-24. Un gros morceau se dresse ensuite, la Russie, championne du Monde en titre. «*C'est un double séisme qui a ébranlé le palais des sports de Yangzhou. D'abord les Françaises ont croqué à pleines dents dans l'ogre russe invaincu jusqu'alors, puis l'Angola a dominé le Danemark offrant aux bleues d'avoir leur destin en main.*» Les filles n'ont jamais paniqué, même lorsqu'elles étaient menées de 5 points à vingt

minutes de la fin. Victoire finale 24-23. «*La confiance collective a aujourd'hui un sens, considère le laroquais. L'équipe se construit une identité et utilise ses compétences physiques pour faire mal en contre-attaque. Aujourd'hui, chacune se prépare consciencieusement.*»

Pour leur dernier match qui donne accès aux demi-finales, la France domine l'Autriche 35-20. Commentaire : «*Face à l'Autriche, la France a parfaitement endossé le rôle de trouble-fête observé contre l'Allemagne et la Russie. Revenues de nulle part, d'un autre monde où rien ne laissait augurer un tel destin.*» Christian Ramos : «*L'Autriche était un match difficile à préparer car les joueuses devaient à la fois faire preuve de confiance et d'humilité. elles ont fait un super boulot de préparation avant de laisser s'exprimer la fougue de la jeunesse.*»

De g. à dr. :
Nikola Karabatic,
Christian Ramos,
Camille Ayglon
et Amenadine Leynaud.

